



HOK-JOK

Sedan starten 1972:

Nr. 185

Nr.1 / 2014

Onsdag 2014-04-12

Red.: Hannes Carlsson

Klubbtidning för Hammarkinds Orienteringsklubb, Valdemarsvik

Välbesökt årsmöte

Förra året besöktes årsmötet av 15 medlemmar. I år var årsmötet förlagt till trevliga Centrumcafé i Gusum den 24/2 och 21 medlemmar gladde styrelsen med sin närvaro. Själva årsmötesförhandlingarna avklarades på någon halvtimme. Lennart Kjellgren hade valt att efter åtta år lämna ifrån sig ordförandeklubban. Lämnade styrelsen gjorde även suppleanterna Ragge Levander och Sam Samelius. Sedan bjöds det på kaffe med smörgås och kaka samt prisutdelning.



Lennart Kjellgren avtackas av sin efterträdare Andreas Hellgren.

Efter alla val och styrelsens konstituering ser listan på förtroendevalda ut så här:

Styrelsen:
Ordförande
Vice ordf.
Sekreterare
Vice sekr.
Ledamot
Suppleant
Suppleant

Andreas Hellgren
Fredrik Urberg
Hannes Carlsson
Jenny Karlsson
Alfred Emanuelsson
Madelene Pedersen
Peter Njord

Övriga:
Bokhållare
Revisor
Revisor
Revisorsuppleant
O-ledare
Materialförv.

Peter Kjell-Berger
Anders Bockgård
Åke Hermansson
Sam Samelius
Fredrik Urberg
Lennart Kjellgren

Motionskom.

Åke Hermansson,
Lennart Kjellgren,
Sven-Erik Jonsson,
och Hannes Carlsson.

Trän./Ungdomskom.

Fredrik Urberg, Jenny
Karlsson, Madelene
Pedersen och Alfred
Emanuelsson.

Ekonomikommitté
Kart och markansvarig
Märkesombud
Utbildningsansvarig
Valberedning

Styrelsen
Fredrik Urberg
Hannes Carlsson
Styrelsen
Anders Bockgård och
styrelsen.

Missade du årsmötet, så kan du få verksamhetsberättelsen och kassarapporten ändå. Ring Hannes Carlsson tel. 070-308 64 55 eller mejla till hannes.carlsson@valdemarsvik.se så skickar vi.

Flera nya medlemmar

På styrelsemötet den 14/1 invaldes Anders Löfgren. På styrelsemötet den 13/2 invaldes Ari, Sofia, Villner och Tuva Vretander, liksom Bror Gustafsson (som varit med förr). På styrelsemöte den 4/3 invaldes Jennie Sjöström och Adam Sjöström samt Annette och Maja Källman. Välkomna i gemenskapen! Medlemsantalet är därmed uppe i 77.

Vårprogrammet

Äntligen är vi igång! Bifogat finner du vårens och sommarens program. Där finns många härliga tillfällen till skärmetning. Vi får hoppas att vintern inte återkommer, alla vet ju hur sen våren blev 2013.

Orientering
Underbart, oslagbart, helkul!

Utän mål vet man inte vart man ska. Så enkelt är det. En orienterare borde ha tänket med delmål och slutmål i ryggmärgen. Det är ju det vi gör hela tiden: Startar, passerar delmålen (kontrollerna) och när så småningom till slut det hägrande slutmålet.

Styrelsen har nu gnuggat geniknölarna och tagit fram denna enkla målformulering för HOK, som presenterades på årsmötet. Nu hoppas vi att alla hjälper till att dra sitt strå till stacken, så vi lyckas i vår strävan att få en ännu roligare och aktivare förening.

Målformulering för HOK

För perioden 2014-2018 (beslutad 2014-02-13)

Huvudområden

- Medlemsrekrytering
- Träningsaktivitet
- Tävlingsaktivitet
- Arrangemang
- Utbildning / Kartmaterial
- Klubblokal

Medlemsrekrytering

Nuvarande medlemsantal 67 (2013-12-31)

Mål 1 – Ungdomsrekrytering

Rekrytera så att vi 2015 har minst 10 tävlingsaktiva ungdomar (upp till 14 år). Mål för 2016 och framåt är ytterligare 5 i denna åldersgrupp per år till dess att vi har minst 20 stadigvarande aktiva i denna grupp.

Mål 2 – Medlemsrekrytering totalt

Idag 67 medlemmar

2014 – 80

2015 – 90

2016 – 100

2017 – 110

Träningsaktivitet

Bibehålla vårt idoga arbete med att lägga träningstävlingar och med ett ökat antal träningsstarter

Mål 1 – Starter träningstävlingar

Idag 357 starter

2014 – 400

2015 – 425

2016 – 450

2017 – 500

Målsättningen är också att komma igång med ”vanlig” träning innehållande kondition och teknik för främst nämnda ungdomsgrupp men även för alla andra medlemmar.

Mål 2 – Klubbträning

2015 - 1 gång/vecka under säsong (ungefär skolläsåret)

2016 - 2 gånger/vecka

Tävlingsaktivitet

Inom ungdomsgruppen och för övriga vill vi se ett markant ökat tävlingsdeltagande. 2013 hade vi 59 tävlingsstarter

Mål – Tävlingsstarter

2014 – 75

2015 – 100

2016 – 125

2017 – 150

Arrangemang

På sikt vill vi arrangera för oss stora arrangemang men i avvaktan på att klubben växer ska vi bevara vår tradition att arrangera träningstävlingar. Dessa kan utökas till att bli närtävlingar för vår närmaste omgivning och sedan växa i omfattning både vad gäller antal och antal startande. Samarbete med grannkommunerna ingår i denna målsättning.

Utbildning / Kartmaterial

Klubben har som målsättning att utbilda på medlemmar för att öka orienteringskunskapen men också utbildning för medlemmar i egenskap av funktionär. Det kan vara ungdomsledare, tränare, kartritning och banläggning.

Mål – Utbildning / Kartmaterial

2014 – Kompetens och utbildning inom föreningen att revidera äldre kartor.

2015 – Utbildning inom SOFT eller motsvarande organisation med 5 deltagare/år från HOK

2016 – Ny karta över nytt område

Klubblokal

De övriga målsättningarna kommer att innebära ett behov av större och mer ändamålsenliga lokaler. Målet är att detta ska kunna inträffa inom en femårsperiod. Målet är att lokalen ska innehålla utrymmen för klubbens ledning, samling och träning.



***Orientering
- oslagbart!***

Julpysselvinnare

Årets julpyssel, där det gällde att veta var kartbitarna kom ifrån, var tydligen ganska svårt. Endast fem svar lämnades in. Den som hade tur i dragningen var Erik Kjellgren, som vann fyra trisslotter. De rätta svaren var: 1: Ekön, 2: Grännäs, 3: Dalängen, 4: Skolkarta Ringarum, 5: Skolkarta Sörby, 6: Skolkarta Gryt, 7: Dalängen.

Kartpromenaden den 4 januari

....genomfördes av Tränings- och ungdomskommittén som bjöd på en 4 km. lång vandring från klubblokalen till Lillsjön. På vägen dit fanns 12 "kontroller" med mestadels orienteringsfrågor. Femton tappra, varav ungefär hälften ungdom, deltog i ett ganska perfekt vandrarväder där solen tidvis bröt fram. Framme vid Lillsjöns södra spets bjöds på korb med bröd och "festis".



Grillmästare Urberg hade "fullt kör".

Baddagen i Gusum 25/1

Den 25 januari hade Tränings- och ungdomskommittén inbjudit till en liten orienteringsövning i Gusum med efterföljande bad i simhallen. Tio vuxna och lika många ungdomar nappade på erbjudandet och hade en trevlig eftermiddag.

Ungdomssamlingen 1/3

Den 1 mars genomfördes en liten övning för våra yngre medlemmar. Till skolan i Ringarum dök åtta ungdomar och en handfull föräldrar upp. En gråmulen dag avslutades med korb med bröd.

Ungdomssamlig 15/3

I samband med träningstävlingen nu den 15/3 blir det lite aktivitet för våra ungdomar och andra intresserade. Vi kommer även att bjuda på korb med bröd och dryck. Även de som springer träningstävlingens vanliga banor kan naturligtvis ta sig en korb. Men vi rekommenderar att detta sker efter loppet.



Kurs i OCAD och MEOS

Söndagen den 16 mars kl. 17 är alla banläggare och övriga intresserade välkomna till klubblokalen. Då friskar vi upp minnet vad beträffar våra datorprogram för kartritning (OCAD:s banläggardel) respektive tidtagning i programmet MEOS. Kan vara bra att få en liten uppdatering inför säsongen. Vi bjuder på fika. Ingen föranmälan behövs.

Hjälp oss med björkar!



Som du säkert vet, så pyntas de flesta av kommunens affärer med björkar till påsk och midsommar av HOK. Detta ger oss många sköna slantar, men det är inget latmansgöra. Gruppen som fixar huggning, uppsättning och bortforsling behöver hjälp av några flera. Känner du dig huggad – förlåt, hugad, så ta kontakt med Lennart Kjellgren tel. 070-652 02 34. Alfred Emanuelsson, som är en av björkarbetarna hälsar att "vi har riktigt trevligt ihop".

HOK:s hemsida och Facebook

Titta gärna på vår hemsida. Du når den på adress: www2.idrottonline.se/HammarkindsOK-Orientering/ ..eller också "Googlar" du bara på "Hammarkinds OK". Där finns bl.a. detta HOK-JOX och en kalender där alla klubbens aktiviteter finns.

Tränings- och ungdomskommittén har även öppnat en helt offentlig Facebooksida som heter "Hammarkinds Orienteringsklubb". Där kommer du också att hitta lite smått o gott om bl.a. vår ungdomsverksamhet.

Årsavgiften



Du har väl inte missat att betala årsavgiften för 2014? För ynka 60 kronor (knappast någon annan orienteringsklubb har lika låg avgift) får du tillgång till världens finaste idrott. I kallelsen till årsmötet fanns ett inbetalningskort med. Ange tydligt vem pengarna kommer från när du sätter in summan på bankgiro 856-7448.

Bli BingoLotto-prenumerant!

I 23 år har BingoLotto varit en ekonomisk drivkraft inom svenskt föreningsliv. Idag lockar Sveriges största sällskapsspel med 45 000 nya vinstchanser varje söndag. Vad många däremot inte vet om är att det går alldeles utmärkt att prenumerera på BingoLotto. Lotterna får du direkt hem i brevlådan. Och nu till det riktigt fina: hela överskottet (13 kronor/lott) går oavkortat till HOK. Det ger hela 572 kr extra på ett år! Allt du behöver göra är att ange Hammarkinds OK som din favoritförening när du tecknar din prenumeration.

Tecknar du en tillsvidareprenumeration senast 31 mars 2014 får du just nu två extra bingoletter utan kostnad, värde 100 kr. Dessutom har du superfina premier som väntar om du samtidigt värvar dina vänner, totalt värde 5000 kr. Som prenumerant är du automatiskt med på spännande bonusdragningar varje månad. Var med i Sveriges största sällskapsspel och stöd samtidigt Hammarkinds OK! Kom igång på www.bingolotto.se/superpremier

Teknik- och löpträningar

Med början den 27 mars skall vi varje vecka fram till 12 juni genomföra en teknik- eller löpträningskväll. De skall ses som ett komplement till våra träningstävlingar. Platserna kommer att alternera mellan f.d. motorstadion i Valdemarsvik, Dalängen i Gusum och Ringarum. Klockslaget är 18.00 alla gånger utom första kvällen (27 mars), då vi startar klockan 18.30. Den kvällen skall det nämligen hinna bli mörkt, för då blir det en kul nattövning. Vi har sju pannlampor för utlåning.

Från och med den 8/5 kommer teknik- och löpträningarna att sammanfalla med den nybörjarkurs som du kan läsa om här intill.

Nybörjarkurs

Den 8 maj startar en nybörjarkurs och de följande datumen är 15/5, 22/5, 5/6 och slutligen 12/6. Om du känner någon som kan vara intresserad, så tipsa om kursen! Mera info kommer på hemsidan och affischtavlor samt inbjudan till skolor.

Ordförande har ordet

Jag tänkte att det kunde vara bra att skriva några rader i nära samband med årsmötet vi hade i Gusum i slutet av februari. Lennart lämnade över stafettpipen efter lång och trogen tjänst till mig när det gäller ordförandeskapet i klubben. Det känns mycket hedrande men samtidigt lite allvarligt. De flesta känner nog igen mig även om jag varit alltför avhållsam mot orienteringen en tid. Min orienteringskarriär startade 1980 i H 13-14 då Magnus Gustafsson drog med mig ut i skogen, påhejad av hela familjen Gustafsson. Det gick skapligt även om Magnus alltid var ett eller flera steg före. Framför allt under åren 1980-83, vilket var vår högstadietid, tränade och tävlade vi landet runt och hade en fantastisk tid. Uppbackningen i klubben var också bra och jag har mycket att tacka för alla eldsjälar som ställde upp för oss yngre.

Drygt 20 år senare och med familjeliv, Volvo m.m. åkte jag till Gusum (tror jag) och sprang en träningstävling. Jag vet inte riktigt varför det äntligen blev av och det sa klick igen! Så roligt och så avkopplande att ha kartan och naturen i sällskap samtidigt som kroppen får arbeta. Varför gjorde jag ett så långt uppehåll? Det har jag inget svar på.

Det är dessa två anledningar som gör att jag mer än gärna ställer upp och förhoppningsvis bidrar med något. Glädjen i orienteringen – den vill jag att alla ska kunna hitta och att så många ungdomar som möjligt ska få en fritidssysselsättning under tonåren som är den utan tvivel bästa man kan tänka sig. Vi måste vara många för att hjälpas åt och det måldokument som vi tagit fram i styrelsen vill jag att alla skall känna och arbeta för. Men som sagt, det gäller att vi hittar glädjen var och en, för själva anledningen till att vi har en gemenskap i klubben – orienteringen. Hoppas vi ses så många som möjligt på våra träningstävlingar och träningar som drar igång redan den 15/3. *Andreas Hellgren*